

## Arbeitsmaterialien für Seniorenbetreuerinnen und Seniorenbetreuer

Fertig aufbereitete Konzepte, Übungen und Kopiervorlagen für die Aktivierung und ein ganzheitliches Gedächtnistraining in der Altenpflege

Thema: Aktiv & fit - Ganzheitliches Gedächtnistraining, Ausgabe: 48  
Titel: Frühstück (22 S.)

### Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Print-Ausgabe aus dem Programm »Seniorenbetreuung« der Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG\*. Den Verweis auf die jeweilige Originalquelle finden Sie in der Fußzeile des Beitrags.

▶ Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie [hier](#).

Die aus der Praxis des Pflegealltags heraus entwickelten Übungen und Aktivierungen unterstützen Sie dabei, den Tagesablauf der Senioren Ihrer Einrichtung positiv und abwechslungsreich zu gestalten und das körperliche Wohlbefinden wie auch das soziale Miteinander gezielt zu fördern.

▶ Informationen zu den Print-Ausgaben finden Sie [hier](#).

\* Ausgaben bis zum Jahr 2016 erschienen bei OLZOG Verlag GmbH, München

### Beitrag bestellen

- ▶ Klicken Sie auf die Schaltfläche **Dokument bestellen** am oberen Seitenrand.
- ▶ Alternativ finden Sie eine Volltextsuche unter [www.edidact.de/senioren](http://www.edidact.de/senioren).

### Lieder & Hörgeschichten (als Dateien im mp3-Format)

(Nur) bei Beiträgen zu denen Lieder bzw. Hörgeschichten vorhanden sind, finden Sie entsprechende Hinweise mit Links zur Downloadmöglichkeit direkt in der Detailansicht des Artikels auf eDidact.

### Nutzungsbedingungen

Die Arbeitsmaterialien dürfen nur persönlich für Ihre eigenen Zwecke genutzt und nicht an Dritte weitergegeben bzw. Dritten zugänglich gemacht werden. Sie sind berechtigt, für Ihren eigenen Bedarf (in Gruppengröße) Fotokopien zu ziehen bzw. Ausdrucke zu erstellen. Jede gewerbliche Weitergabe oder Veröffentlichung der Arbeitsmaterialien ist unzulässig. Vollständige Nutzungsbedingungen finden Sie [hier](#).

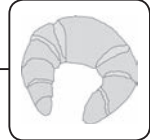
### Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

[Kontaktformular](#) | ✉ Mail: [service@edidact.de](mailto:service@edidact.de)

✉ Post: Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG  
E.-C.-Baumann-Straße 5 | 95326 Kulmbach

☎ Tel.: +49 (0)9221 / 949-204 | 📠 Fax: +49 (0)9221 / 949-377

[www.edidact.de](http://www.edidact.de) | [www.mgo-fachverlage.de](http://www.mgo-fachverlage.de)



## FRÜHSTÜCK



Phase	Übung	Benötigte Materialien	Anleitung auf Seite	Material auf Seite
<b>A Bewegung</b>	<b>1 Bewegungsreaktion</b> Bewegungen zu Frühstückskategorien ausführen	Bildkarten, Gläser/Plastikbecher	2	16–17
<b>B Einstimmung</b>	<b>1 KEIN – OHNE</b> Assoziationsübung	Kopiervorlage, evtl. Flipchart	2	11
	<b>2 Begriffesammlung</b> Wörter mit FRÜH und STÜCK finden	Kopiervorlage	3	12
	<b>3 Biografisches Gespräch</b> Thema „Frühstück“		4	
	<b>4 Ausreißer</b> unpassende Begriffe aussortieren	Kopiervorlage	4	13
<b>C Hauptteil</b>	<b>1 Wortvergleich und Anagramm</b> Sonntagsfrühstück	Kopiervorlagen	5	14–15
	<b>2 Frühstücksangebot</b> Bilder wahrnehmen, ordnen, merken	Bildkarten	6	16–17
	<b>3 Worträtsel</b> Gemeinschaftswort finden	Kopiervorlage	7	18
	<b>4 Bildvergleich</b> Unterschiede erkennen	Kopiervorlage	8	19
<b>D Ausklang</b>	<b>1 Gedicht</b> Selbstlaute ergänzen	Kopiervorlage	9	21
	<b>2 Zitate und Sprichwörter</b> konzentriert lesen	Kopiervorlage	10	22



## A Bewegung

### 1 Bewegungsreaktion

#### Übungsanleitung:

Benötigt werden Gläser oder Plastikbecher für jeden Teilnehmer sowie die Bildkarten. Der Trainer vereinbart mit den Teilnehmern vier Arten von Bewegungen. Danach zeigt er die einzelnen Bildkarten und die Teilnehmer führen die entsprechende Bewegung durch, soweit es ihnen möglich ist. Passt ein Begriff in mehrere Kategorien, werden die passenden Bewegungen nacheinander ausgeführt.

→ **M** Bildkarten s. Seite 16 und 17

1. Wird eine Karte mit einer **Flüssigkeit** gezeigt, heben die Teilnehmer den Becher und rufen „Prost“.
2. Wird eine Karte gezeigt, auf der ein **Gebäck** abgebildet ist, strecken die Teilnehmer beide Arme nach vorne und lockern sie.
3. Zeigt die Karte etwas **Herzhaftes bzw. Pikantes** (Käse, Schinken etc.), wird der Schenkelgang aufgeführt: Die Teilnehmer rutschen auf ihrer Sitzfläche nach vorne und heben dabei abwechselnd einmal das Gesäß auf der linken und einmal auf der rechten Seite an.
4. Sind auf der Karte **süße Speisen** abgebildet, sollen die Teilnehmer die Zehen möglichst weit in Richtung Schienbein ziehen.

#### Was wird trainiert?

- Einstimmung auf das Thema
- Reaktionsschnelligkeit
- Bewegung/Mobilität
- Merken der Bewegung

#### Alltagstransfer:

Bewegung ist wichtig für die Durchblutung und Stärkung der Muskulatur und Teile der Großhirnrinde.

#### Weiterführende Vorschläge:

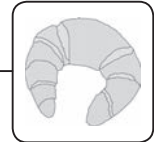
Bei ungeübten oder dementen Teilnehmern wird in jeder Runde nur eine Bewegung ausgeführt. Geübte Teilnehmer können weitere Begriffe nennen, die in eine der vier Kategorien fallen.

## B Einstimmung

### 1 KEIN – OHNE

#### Übungsanleitung:

Bei dieser Assoziationsübung sollen die Teilnehmer zu einem vorgegebenen Begriff ein zweites Wort finden, das zum Begriff in enger Beziehung steht, z.B.: kein Tee – ohne Wasser. Die Übung kann im Plenum mündlich oder am Flipchart durchgeführt werden.



→ **M** Kopiervorlage s. Seite 11

#### Lösungsvorschläge:

KEIN Frühstück – OHNE Kaffee, Zeitung, Brötchen, ...  
 KEIN Frühstücksei – OHNE Eierbecher, Salz, Eierlöffel, ...  
 KEIN Kaffee – OHNE Kaffeebohne, Zucker, Milch, ...  
 KEINE Milch – OHNE Packung, Kuh, Fett, ...  
 KEIN Brot – OHNE Mehl, Hefe, Butter, Salz, ...  
 KEINE Marmelade – OHNE Früchte, Zucker, Brot, ...  
 KEIN Müsli – OHNE Haferflocken, Milch, Rosinen, ...  
 KEINE Wurst – OHNE Fleisch, Fett, scharfes Messer, ...  
 KEIN Käse – OHNE Milch, Rinde, Geschmack, Gestank, ...

#### Was wird trainiert?

- Dekodierung (Abruf aus dem Langzeitgedächtnis)
- Assoziationsfähigkeit
- Wortfindung

#### Alltagstransfer:

Auch im Alltag ist es wichtig, Zusammenhänge zu erkennen.

#### Weiterführende Vorschläge:

Die Teilnehmer können weitere „KEIN-OHNE“-Beispiele finden.

## 2 Begriffesammlung

#### Übungsanleitung:

Die Teilnehmer versuchen, möglichst viele Wörter zu finden, die das Wort FRÜH oder STÜCK enthalten.

→ **M** Kopiervorlage s. Seite 12

#### Lösungsvorschläge:

-FRÜH-: Frühjahr, Frühling, Frühschicht, Frühgeburt, Frühmesse, Frühaufsteher, Frühschoppen, Frühsport, Frühwarnsystem, Gabelfrühstück, Aufrührer, frühzeitig, frühchristlich, frühreif, verfrüht, ...  
 -STÜCK-: Werkstück, Bruchstück, Beweisstück, Bühnenstück, Grundstück, Einzelstück, Erbstück, Geldstück, Goldstück, Handstück, Klavierstück, Möbelstück, Kunststück, Prachtstück, Rasenstück, Sammlerstück, Schriftstück, Teilstück, Verbindungsstück, Stückkosten, Stückwerk, Stückzahl, bestücken, ...

#### Was wird trainiert?

- Dekodierung (Abruf aus dem Langzeitgedächtnis)
- Wortfindung

#### Alltagstransfer:

Die Teilnehmer betrachten ein Thema von mehreren Standpunkten aus. Erinnerungen werden geweckt und es erfolgt eine Einstimmung auf das Thema. Der passive Wortschatz wird angeregt.



## FRÜHSTÜCK

## Übungen

**Weiterführende Vorschläge:**

Dementen oder ungeübten Teilnehmern wird nur ein Buchstabe vorgegeben und sie suchen dazu Wörter. Geübte Teilnehmer führen die Übung weiter, indem sie die Wörter zu einer Wortkette verbinden, z.B.: Frühstück – Stückkosten – Kostenplan – Planspiel – Spielplatz – Platznot – Noteinsatz – Einsatzbesprechung ... Je nach Niveau der Teilnehmer kann auch vereinbart werden, dass sie Wörter zum Thema „Frühstück“ mit bestimmten Anfangsbuchstaben suchen sollen. Die Antworten können dabei auf einem Flipchart festgehalten werden.

**3 Biografisches Gespräch****Übungsanleitung:**

Die Teilnehmer nehmen zu biografischen oder anderen Fragen Stellung. Ein Reihumfragen sollte dabei vermieden werden. Die Teilnehmer erzählen aus ihrem Leben, aber nur so viel sie wollen. Wer nichts berichten will, wird nicht zum Erzählen gedrängt. Die Biografearbeit darf nicht in ein Ausfragen ausarten. Echtes Interesse am Leben der Teilnehmer ist wichtig.

**Biografische Fragen – Gesprächsanregungen:**

- Was frühstücken Sie am liebsten?
- Welche Sorte ist Ihre Lieblingsmarmelade?
- Sind Sie früher zum Frühstück ausgegangen?
- Was gehört für Sie zu einem perfekten Frühstück?
- Haben Sie schon einmal Frühstück ans Bett bekommen?

**Was wird trainiert?**

- Formulierung, leichte Wortfindung
- Dekodierung, Erinnern
- Zuhören
- Stärkung der Ich-Identität

**Alltagstransfer:**

Gegenseitiges Erzählen von früheren Begebenheiten oder Einstellungen wirkt sich positiv auf das Interesse an den anderen Teilnehmern aus und trägt zur Förderung der Sozialkontakte bei.

**Weiterführende Vorschläge:**

Die Übung lässt sich gut mit der Übung C2 kombinieren, indem bei der Besprechung der Bilder die biografischen Fragen gestellt werden.

**4 Ausreißer****Übungsanleitung:**

Auf der Kopiervorlage sollen die Teilnehmer die Ausreißer finden und markieren. Die Wortkärtchen können auch vergrößert auf Karton kopiert, evtl. laminiert und ausgeschnitten werden. Mehrere Lösungen sind möglich.

→ **M** **Kopiervorlage** s. Seite 13